ROK IX
Nr. 6.
15 Marzec 1935 r.
Opłata uiszczona ryczałtem
Cena 60 gr.

MŁODA MATKA



DWUTYGODNIK POŚWIĘCONY ZDROWIU I WYCHOWANIU DZIECKA DO LAT 7-MIU

Zapobieganie złym postawom.

W artykule niniejszym podamy wskazówki, co należy czynić, by uniknąć w późniejszym wieku dziecka wszelkich zniekształceń. Wszyscy bez wyjątku chcemy mieć dzieci proste, prawidłowo utrzymujące swe barki, wreszcie chodzące lekko i sprawnie.

Ale nie tylko powinniśmy dbać o linję i sylwetkę dzieci, ze względów estetycznych, ale również i zdrowotnych. Należy bowiem wiedzieć, iż wiele wad, nabytych w dzieciństwie, może zaciążyć później na naszem zdrowiu.

Omówimy dzisiaj wskazania, odnoszące się do niemowląt.

A więc już podczas noszenia dziecka na ręku, winniśmy zwracać uwagę, by dziecko przebywało raz na lewej, drugi raz na prawej ręce. W ten sposób, zmieniając pozycję siedzącą niemowlęcia, usuwamy możliwości nabycia skrzywień kręgosłupa.

W okresie samodzielnego dźwigania głowy do góry i następnie siadania, nie należy zmuszać dziecka do prawidłowego wykonywania tych czynności przy pomocy ruchów biernych. Należy raczej dążyć do wzmocnienia słabych jeszcze mięśni tułowia i szyi.

Najmilszą pozycją dla dzieci i najbardziej wskazaną dla tych ruchów — to leżenie na brzuszku. Dziecko w tem położeniu ma dużą ilość wszechstronnych ćwiczeń — a więc unosi głowę, zwraca ją na boki, wyciąga rączki do przodu, i boków, nóżki do tyłu.

W miarę nabierania sił, zaczyna podpierać się rękami i podciągać nogi — stopniowo przechodzi nawet do posuwania się do przodu i w boki, zwłaszcza do interesujących go przedmiotów. Jest to okres pełzania.

W dalszym rozwoju sił dziecko zaczyna raczkować, t. j. posuwać się na czworakach. Pierwsze kroki są krótkie, niezdarne. Po pewnem usprawnieniu dziecko wydłuża swój krok, posuwa się szybko.

Wszelkie pomoce ze strony rodziców lub opiekunów, by wydłużyć krok, uczynić go bardziej posuwistym i skutecznym w mierzeniu przestrzeni, są zbędne.

Drogą tych naturalnych ruchów, a stanowiących przejście od łatwiejszych do trudniejszych ćwiczeń, wzmacniających mięśnie, wiązadła i kościec, dziecko przechodzi do dalszych wyczynów. A więc prostowania kolan i stopniowego odrywania rąk od ziemi, prób stawania, a następnie chodzenia.

W tym okresie pomimo, że dziec-

ko już zaczęło stawać, a nawet posuwać się w pozycji stojącej, powraca chętnie do raczkowania. Nie należy wówczas zmuszać je do wstawania i chodzenia, raczkowanie bowiem jest dla niego odpoczynkiem po męczącej pozycji stojącej, i w dalszym ciągu ćwiczeniem, wzmacniającem mięśnie tułowia, a zwłaszcza brzucha.

Podczas chodzenia dziecka powinniśmy zwracać baczną uwagę na sposób stawiania nóg i kolan. Przy źle stawianych stopach i przy przedłużającem się chodzeniu w rozkroku, mogą powstać zadatki płaskiej stopy lub koszlawego kolana. W tych wypadkach najbardziej wskazane jest zwrócenie się do lekarza.

Noszenie wczesne obuwia nie jest wskazane. Stwierdzono bowiem, że dzieci chodzące i biegające boso wyłącznie, szybciej wzmacniają sklepienie stopy — a to znów zapobiega powstaniu płaskiej stopy.

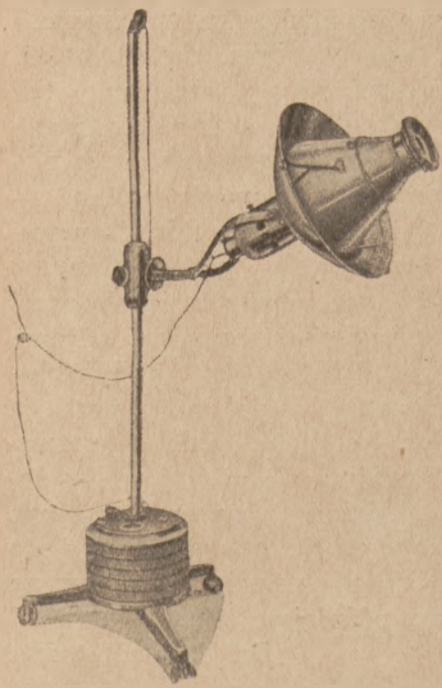
I dlatego lepiej jest nie śpieszyć się zbytnio z wkładaniem obuwia.

Kończąc wreszcie, chciałbym odpowiedzieć na pytanie, które tak często słyszy się od matek: Czy należy stosować gimnastykę u niemowlęcia? Odpowiem krótko — nie. O ile niema specjalnych wskazań leczniczych, podanych przez lekarza, nie powinno się stosować ćwiczeń gimnastycznych. Zdrowe bowiem dziecko ma tak dużą instynktowną chęć do ruchu, że zbędnę jest pobudzanie go sztuczne. Starajmy się w tym wieku zapewnić dziecku swobodę ruchow. Wykorzystanie zaś gimnastyki do wzmocnienia ustroju, zostawmy na dalsze, późniejsze lata.

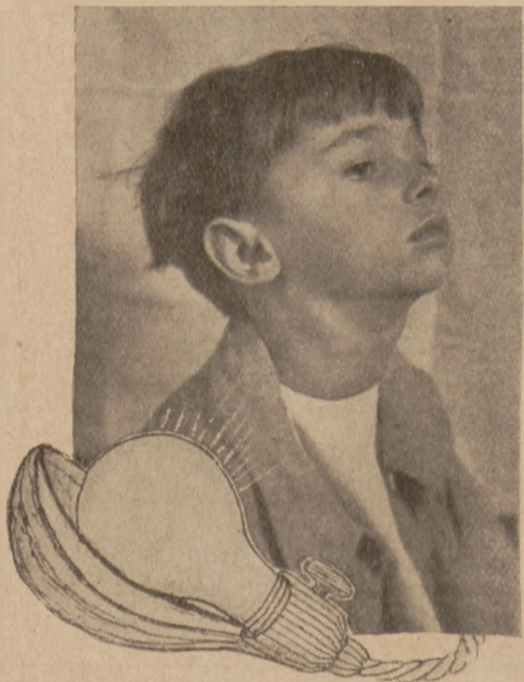
Dr. T. Chrapowicki

Higjena, pielęgnacja i rozwój dziecka w obrazkach.

Ogrzewanie lampą gruczołów na szyi. Kompres.



Lampa typu „Solux" z silną żarówką do nagrzewań leczniczych.



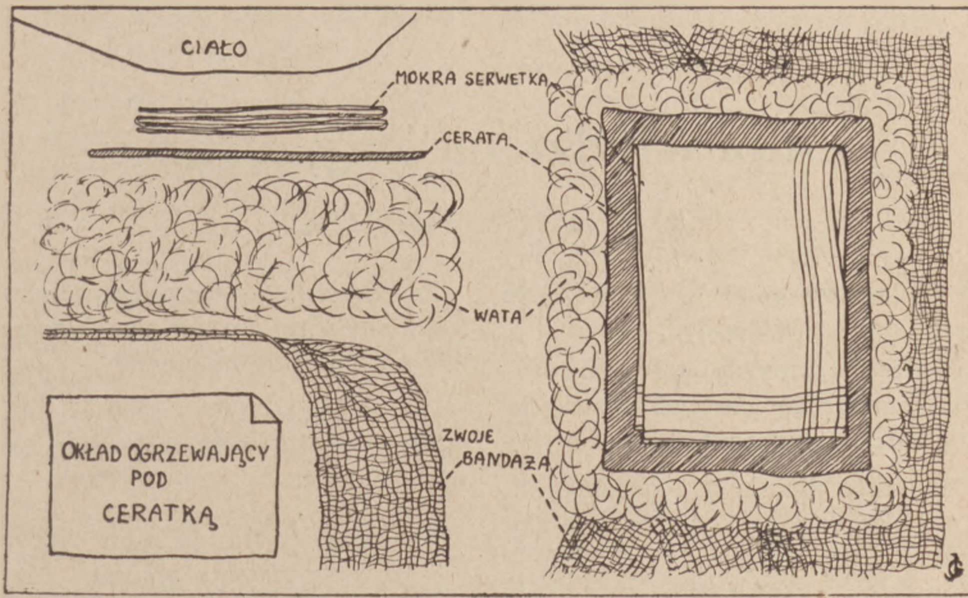
Częste w przebiegu grypy i katarów obrzmienia gruczołów na szyi leczymy codziennem nagrzewaniem lampą przez 10 minut w odległości 15 — 20 cm. W braku lampy specjalnej używamy zwykłej żarówki 40—60 w. (pożądany reflektor).



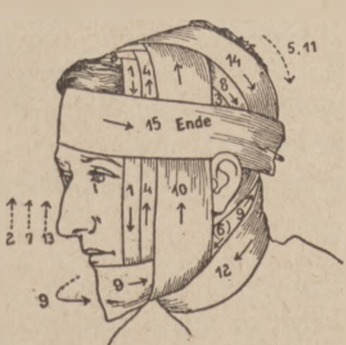
Lampa d-ra Minina z niebieską żarówką i reflektorem do leczenia w domu



Przed nałożeniem kompresu, skórę smarujemy wazeliną lub jakimkolwiek tłuszczem, ewent. zapisaną przez lekarza maścią.



Mokrą, dobrze wyżętą gazę, serwetkę lub chustkę, kilkakrotnie złożoną przykładamy do ciała; na nią kładziemy ceratkę znacznie większą, następnie—watę, flanelę lub wełnę jeszcze większą, wreszcie starannie bandażujemy.



Wg. Solé i Spranger'a.
Prawidłowo nałożony okład pod ceratką na okolicę podszczękową.



Wg. Solé i Spranger'a.
Kompres na ucho.

Dr. M. ZAKS.

Odpowiedzi na najczęstsze pytania matek.

O wydajności piersi i zdolności do karmienia.

1. *Kiedy gruczoły piersiowe zaczynają się przygotowywać do swej czynności?*

Gruczoły piersiowe rozrastają się i przygotowują się do swej pracy już w okresie ciąży.

2. *Co wytwarza gruczoł piersiowy w okresie porodu?*

W okresie porodu gruczoł piersiowy wytwarza młodziwo (siarę).

3. *Kiedy zjawia się w piersi właściwy pokarm?*

Przypływ właściwego pokarmu następuje najczęściej w 4-tym dniu po porodzie.

4. *Czy ilość pokarmu pozostaje niezmienna w dalszym okresie po porodzie?*

Ilość pokarmu zazwyczaj stopniowo zwiększa się aż do10—12 tygodnia po porodzie. Później ilość ta utrzymuje się na swym najwyższym poziomie bardzo długo, zwykle aż do czasu odstawienia dziecka od piersi. Znaną jest rzeczą, że niektóre mamki mogą karmić nawet do końca II-go roku po porodzie.

5. *Jaka bywa przeciętnie dzienna ilość pokarmu na najwyższym poziomie wydajności piersi?*

Najczęściej 1100 — 1300 gr. Mogą tu jednak zachodzić duże różnice osobnicze.

6. *Czy dużo matek może karmić dziecko własną piersią*

Bardzo dużo — 90% i więcej. Tylko znikomo mała liczba matek (1—5%) nie może karmić dziecka z powodu braku pokarmu.

7. *A czy dużo jest matek, które wprawdzie karmić mogą, ale posiadają w pierwszych tygodniach niewystarczającą ilość pokarmu?*

Takich matek jest niewiele — 8 — 15%.

8. *Czy często się zdarza, że pokarm w piersi zanika, zanim nadejdzie czas odstawienia dziecka od piersi?*

Naogół rzadko i dotyczy to przeważnie tych karmiących, które od początku posiadały niewystarczającą ilość pokarmu dla dziecka.

9. *Dlaczego w 2-em półroczu dziecku nie wystarcza do pra-*

widłowego rozwoju sam pokarm matki, mimo tej samej, co poprzednio ilości?

Bo pokarm matki w tym czasie nie zawiera już w dostatecznej ilości wszystkich tych składników, jakie są potrzebne dziecku.

10. *Kiedy mówimy o piersi „miękkiej"?*

Wtedy, gdy pokarm łatwo z niej wycieka.

11. *A kiedy mówimy o piersi „twardej"?*

Gdy niemowlę potrzebuje większego wysiłku przy ssaniu lub gdy potrzeba użyć znaczniejszego ucisku przy odstrzykiwaniu.

12. *Od czego zależy zarówno pierś miękka, jak i twarda?*

Od wielu czynników jak: ogólny stan zdrowia matki, ilość pokarmu, stopień wypełnienia piersi, napięcie mięśni brodawek i t. p.

13. *Co robić, gdy pierś jest tak twarda, że niemowlę nie ma siły ssać?*

Wtedy należy częściowo odstrzykiwać pokarm przy pomocy pompki przez pewien czas. Można także przystawić do takiej twardej piersi zdrowe, silne i starsze niemowlę, by pierś „wyrobiło".

14. *Co stanowi najważniejszy bodziec przy wytwarzaniu i wydzielaniu pokarmu?*

Najważniejszym bodźcem jest całkowite i regularne (6 — 7 × na dobę) opróżnianie piersi. Poza tem ważną podnietą jest samo ssanie.

15. *Czy dokładne opróżnianie piersi ma rzeczywiście tak ważne znaczenie?*

Tak. Nic bardziej nie przyczynia się do zaniku pokarmu, jak jego zastój w piersiach.

16. *Czy wogóle warto karmić niemowlę piersią, gdy matka ma barzo małą ilość pokarmu?*

Warto, bowiem: 1) nawet najmniejsza ilość pokarmu ma dla dziecka duże znaczenie; 2) ssanie i za każdym razem dokładne opróżnianie piersi może po pewnym czasie znacznie zwiększyć jej wydajność.

17. *Czy sposób odżywiania się matki wywiera wpływ na ilość i skład pokarmu?*

Do pewnego stopnia tak. Nie trzeba jednakże tego czynnika przeceniać.

18. *Czy zjawienie się perjodu powoduje zanik pokarmu?*

Naogół nie. Wiele matek karmi nadal mimo powrotu krwawień okresowych.

19. *A powtórne zajście w ciążę?*

Powtórne zajście w ciążę często powoduje zanik pokarmu, ale niezawsze. I wtedy w pewnych wypadkach matka karmić może.

20. *A czy nagły przestrach lub wzruszenie może spowodować zanik pokarmu?*

Naogół nie.

Dr. P. Wójciak

Podsłuchane rozmowy.

„Dla niej głównie wyjechałem".

Dwie panie, prowadzące za rączki dwie czteroletnie dziewczynki, spotykają się przy wejściu do sklepu. Następuje chwila serdecznego powitania, krzyżują się okrzyki, pocałunki. Panie są szkolnemi koleżankami i nie widziały się od paru miesięcy.

— Wiesz, że świetnie wyglądasz. Opaliłaś się, zczerstwiałaś, odmłodniałaś. Oczy ci błyszczą — warto popatrzeć!

— Cóż dziwnego! Siedziałam przez kilka tygodni w Zakopanem. Mówię ci, było cudownie. Co za wycieczki, co za pogoda! Prócz tego — wybawiłam się: prawie codzień było się na jakimś dancingu. Cudnie, co tu dużo mówić. Ty zato, moja droga, nie zmieniłaś się. To znaczy, nie wyglądasz na specjalnie „odświeżoną". Zato twoja Basieńka wprost kwitnie. Co ty robisz, żeby to dziecko tak wyglądało? Co za cera, rumieńce! I grubas z niej porządny. Bardzo ci zazdroszczę tego wyglądu Basieńki. Wyjeżdżałaś z nią gdzie?

— Skąd znowu! Nie stać nas na to. Jest codziennie przez kilka godzin na spacerze, chodzi o właściwej porze spać, dostaje właściwe pożywienie i kąpiel codzienną — oto wszystko. Zato, widocznie, odwdzięcza mi się takim wyglądem. Ale, powiedz mi, czyś ty Krysię zabierała ze sobą?

— No tak, wiesz przecie, że nie mam jej z kim zostawić. Zresztą, to dla niej głównie wyjechałam — górskie powietrze jest takie zdrowe. I, wyobraź sobie, straciła na wadze, zmizerniała!

— Rzeczywiście, twoja Krysiunia wygląda znacznie gorzej niż przed wyjazdem. To jednak dziwne! Gdzieście mieszkały?

— W doskonałym pensjonacie. Powiadam ci, co za jedzenie! Majonezy, przeróżne wymyślne potrawy. No, nie jest to odpowiednie dla Krysi, ale ona dostawała wtedy co innego. Tylko, że jeść często nie chciała, grymasiła — aż mi wstyd było nieraz przy stole.

— Bo dziecko naogół zawsze gorzej jada w towarzystwie.. Basiunia ma swój stolik, krzesełko i tylko jedna osoba jest obecna przy jej posiłkach. Gdy się czasami zdarzy inaczej — odbija się to na jedzeniu natychmiast.

— No tak, ale cóż miałam z nią zrobić! Przecież mieszkałyśmy w

pensjonacie. Sypiała naogół też gorzej. Może dlatego, że niebardzo pilnowałyśmy tam pory usypiania. A raz, wyobraź sobie, usnęła mi na sali dancingowej! Kłopotów z nią miałam, jak widzisz, po uszy.

— Nie miej mi za złe, moja droga, ale muszę ci powiedzieć słowa prawdy. Więc ty uważasz, że pojechałaś do Zakopanego dla swojej córki? O, nie okłamuj przynajmniej siebie! Kto ma na celu zdrowie dziecka, ten nie staje w pensjonacie, przystosowanym do potrzeb i upodobań chcących się bawić dorosłych osób. Nie zabiera się na popołudniowy dancing czteroletniego bąka dla wielu znanych ci powodów. Kurz, złe powietrze — to mają być warunki klimatyczne?

— Kiedy nie miałam jej z kim zostawić...

— To się nie idzie i kwita. Można ostatecznie pójść po położeniu dziecka o normalnej porze do łóżka. A jak tam było z kąpielą? Czy mała była kąpana chociażby co drugi dzień?

— Wiesz przecie, że to pensjonat. Było dużo osób, bo sezon, a jedna tylko łazienka.

*— I ty to wszystko nazywasz wyjazdem dla dziecka! Jeżeli chcesz wiedzieć, to i ja mogłabym w ten sposób wyjechać z moją małą, ale ja **właśnie dla niej nie wyjeżdżam**. Teraz, w zimie, mając dobre warunki mieszkaniowe, może się w zupełności zadowolnić* kilkugodzinnem przeby*waniem w ogródku Jordanowskim. W lecie wyjadę z nią i — dla niej. Nie do żadnych miejscowości kuracyjnych, bo, chwała Bogu, jest zdrowa, urządzenie się zaś tam odpowiednie dla dziecka jest ogromnie kosztowne. Pojedziemy więc poprostu na wieś. Wynajmie się domek, będę prowadziła gospodarstwo. Zabierzemy naszą małą wanienkę dla codziennej kąpieli. Będzie słońce, las, kwiaty, zwierzęta. To mojej córce da odpowiednią sumę wrażeń i zapas zdrowia.*

— Ale ty się zanudzisz.

— Pojadę dla niej.

M. Popowska

Brydż. — Radjo. — Gazeta.

Bardziej od chwili urodzenia dziecka zżyta z niem, bardziej niem zajęta i lepiej je znająca — matka, tem samem ma więcej niż ojciec wyczucia i zrozumienia potrzeb i nastrojów swego Zdzisia, czy Haneczki.

Zwalać jednakże odpowiedzialność za wychowanie dziecka jedynie na matkę, zasłaniać się tem, że się z dzieckiem mniej przebywa, gdyż się pracuje poza domem, byłoby ze strony ojców błędem nie do darowania. Toteż ojcowie niezupełnie się od tego zadania odsuwają, wtrącają się często do zarządzeń matki, krytykując je, zmieniając, powodowani w tem najczęściej: nietyle chęcią przyjścia z pomocą żonie, ile własną wygodą lub nastrojem. Chwilowe zmęczenie, obniżka płacy, czy inna mniej lub więcej błaha przyczyna, wytrąca młodych ojców z równowagi i musi odbić się ujemnie na dziecku. „Cicho bądź!" „Odejdź!" „Nie nudź!" oto słodka pieszczota, jakiej dziecko doznaje w tych momentach niezadowolenia „głowy rodziny". No, a jeśli ojciec jest nałogowym bridżystą? jeśli gra w klubie i jest wciąż poza domem?— dziecko i matka niemal osieroceni, sami sobie zostawieni, mają do ojca żal, wciąż rosnący i pogłębiający przepaść pomiędzy nimi.

„Wciążbyś tylko grał" — oto uwaga pięcioletniego synka, podchwycona przelotnie i jakżeż wymowna!

Niekiedy bridż ma miejsce w domu. Matka, by dorównać mężowi— gra również. Mieszkanie szczupłe, 2 lub 3 pokojowe, stałej piastunki niema. Od dziecka się wymaga, by nie przeszkadzało starszym, by bawiło się samo i zachowywało się spokojnie. Groźba zamknięcia w przyległym pokoju, niekiedy wykonana, powoduje płacz dziecka, histeryczne łkania i krzyki. Niewzruszone stanowisko ojca, niezezwalającego na interwencję matki, czy też innych osób... A w skutkach?— Dziecko staje się nerwowe, uparte, krnąbrne i mściwe, zaś po latach kilkunastu tragedja: niezrozumienie pokolenia młodszego przez starsze i odwrotnie, rozejście się dróg, obcość, a często stosunek nieprzyjemny, wrogi.

Także radjo z głośnikiem, radjo, wiecznie czynne, „bo wszak się za to płaci", hałaśliwe, muzyka jazzbandowa, przemówienia w obcych dla dziecka, niezrozumiałych językach: niemieckim, rosyjskim, francuskim czy angielskim, komunika-

ty i t. p. powodują, że dziecko, oszołomione, zahukane tym wiecznym gwarem i hałasem, nie może zaznać chwili spokoju. Niema w tych warunkach mowy o jakiemś skupieniu, lub pogawędce przyjacielskiej pomiędzy synem i ojcem, matką i córką, o zbliżeniu i poznaniu się wzajemnem.

Więc co czynić? Stać się niewolnikiem własnego dziecka? wyrzec się przyjemności? wyrzucić radjo? nie grać w bridża?

Do tych przyjemności tak bardzo absorbujących przeważnie ojców— w chwilach wolnych od pracy zawodowej, neleży zaliczyć i czytanie gazet.

Istnieją nałogowi „gazeciarze“, przynoszący codziennie kilka pism bądź kupionych w kiosku, bądź częściowo przynajmniej, pożyczonych. Podczas obiadu, w oczekiwaniu nań, lub po obiedzie w ciągu kilku z rzędu godzin przesiedzieć są zdolni nad gazetą, ćmiąc papierosa za papierosem, tak, że w pokoju aż ciemno od dymu, nie pozwalając w dodatku na przewietrzenie pokoju zwłaszcza „gdy jest chłodno“ na dworze, i zmuszając otoczenie do wdychania tego powietrza. W tej istnej wędzarni dziecko zmuszone jest przebywać z rodzicami, zachowując się oczywiście cichutko, by nie przeszkadzać tatusiowi. Mówię dziecko, nie dzieci, bo od wielu lat rozpowszechnił się u nas „Ein Kind System“[1]) i nieszczęśni jedynacy i jedynaczki skazani są na ciągłe utarczki z rodzicami, lub też wieczne nudy.

„Wiec mam odrzucić gazetę i bawić dziecko?“ — zawoła zniecierpliwiony ojciec, któremu matka, podsuwa ten artykuł. Bynajmniej! na wszystko znajdzie się wszak rada! Jeno nieco dobrej woli, wczucia się w to Twoje własne dziecko, które wszak nie prosiło o życie, a skoro przyszło na świat, chce żyć i ma prawo, nie mniej od Ciebie do życia. Pisze się dużo o „racjonalizacji pracy“, o planowej gospodarce i t. d. i t. p. Dlaczegożby te hasła nie miały wkroczyć w codzienne życie nasze? Pomijając wspólne, społeczne wychowanie dzieci w żłobkach, w przedszkolach i innych podobnych instytucjach — realizowanie planowego rozkładu życia rodziny niezamożnej, pozbawionej stałej pracownicy domowej, złożonej z dwojga rodziców i dziecka jedynaka staje się koniecznością, jeśli nie chcemy ponosić odpowiedzialności za wypaczenie wrażliwej natury dziecka. A więc: surowy plan dnia, dokładny rozkład godzin i w rzadkich tylko, wyjątkowych jeno wypadkach, odstępowanie od planu. Matka nie może wymagać od ojca, by on po wytężonej, 7-ogodzinnej pracy w biurze, czy też w szkole, był zdolny do zajmowania się przez cały czas żoną i dzieckiem. Już to samo wymaganie uniemożliwiłoby wypoczynek po pracy i zamąciłoby pogodny nastrój. Nie wymagać, nie wymuszać, lecz podsuwać i wspólnie omawiać. Odpowiednikiem pra-

[1]) Posiadanie jednego dziecka.

cy zawodowej ojca poza domem jest praca matki w domu, o ile oczywiście nie zarabia również jak i ojciec, i na równi z nim spragniona jest odpoczynku.

A ileż to żon, pragnie oderwania się na kilka godzin od domu i domowych kłopotów, oraz materjalnego usamodzielnienia się od męża, marzy o jakiejś posadzie biurowej i jeśli ją otrzyma, czuje się jak w siódmem niebie! Zwiększony dochód domowy pozwala na zwiększenie budżetu domowego, stałą pomoc przy dziecku, usługę, która jest zarazem kucharką, pokojówką, i która odciąża matkę od tych czynności żmudnych i jakże często znienawidzonych! Matka, pracująca w domu, czy poza domem, spędziła jednakże ranek i popołudnie pracowicie. Ustaliliśmy powyżej, że narówni z mężem ma prawo do wypoczynku. Wszelkie tedy odezwania się małżonka: „ty przynajmniej możesz się wyspać, wyleżeć“ lub nic nie masz do roboty przez cały dzień“ i t. p. są conajmniej krzywdzące, zwłaszcza w stosunku do pani domu i matki, sumiennie wywiązującej się ze swych obowiązków, o których młody małżonek i ojciec najczęściej pojęcia nie ma.

Obiad winien być spożyty w pogodnym nastroju, wspólnie z dzieckiem i bez gazety w ręku ojca, co się, niestety, — zbyt rzadko zdarza na utrapienie żony, widzi ona bowiem, że dom w tej chwili uważany jest przez męża za restaurację, a ona jest traktowana jako kelnerka, lub kucharka. Pozostałe 4 — 5 godzin do zaśnięcia dziecka winny być sprawiedliwie rozłożone pomiędzy obojgiem rodziców tak, by był czas na pójście do kina i na wysłuchanie ciekawej audycji i nawet na brodża raz przynajmniej w tygodniu, skoro ta gorączka bridżowa opanowała pana, panią, czy oboje państwa domu. Należy pamiętać, że są audycje i dla dzieci i nie wolno dziecku kazać z nich rezygnować. Nie należy zapominać, że ciągłe słuchanie radja ogłusza i ogłupia, a już w żadnym razie nie sprzyja rozumieniu treści w przeczytanej gazecie, czy też książce. Podczas, gdy ojciec lub matka zajęci są czytaniem, cisza winna panować w pokoju, pięcioletni Zdziś czy sześcioletnia Haneczka zaabsobowani są wówczas książeczką z obrazkami, rysunkami lub budowaniem domków z klocków. Wreszcie, o ile partja bridża złoży się w godzinach przedwieczornych, lub ciekawa audycja zatrzyma w domu jedno z rodziców, niechże drugie na godzinkę, lub dwie wyjdzie z dzieckiem na spacer, lub do drugiego pokoju, o ile parę domów nie zorganizuje wspólnej dla swych dzieci opieki w tych godzinach.

„Poświęcenie dziecku“ jednej tylko godziny dziennie przez ojca, wspólny z niem spacer, saneczki, czy ślizgawka, opłaci się sowicie. Wdzięczne i rozradowane dziecko zdolne będzie do ustępstw na rzecz ojca, wyrozumiałe na jego pasję do kart, radja, czy gazety, a tem samem i „wilk będzie syty i...“

Dr. C. Bańkowska

Estetyka życia codziennego dziecka.

Mówimy nieraz wprawdzie: *piękny, bogaty* kraj; *piękne, bogate* miasto — pojęcia: *piękno i bogactwo* występują czasami *łącznie*, ale nie są bynajmniej *nierozłączne*. Estetycznem, pięknem może być ubranie, mieszkanie, weranda, kącik własny, nakrycie stołu, ogródek, podwórko, klomb, lampa i tanie i ubożuchne. Podłożem piękna jest *czystość, ochędóstwo*. O ileż piękniejszą jest dla dziecka skromna, czyściuchna lniana sukieneczka z surowego płótna, jakich widzieliśmy tak dużo zeszłego lata, od stroju, ongi odświętnego, aksamitnego lub jedwabnego, dziś poplamionego, o byle jak „przyścibolonych“ łatach, a nawet podartego zgoła, a obróconego obecnie na ubranie domowe! Kanon, obowiązujący w domu rodzicielskim: dane przedmioty nie mogą być używane, bo są uszkodzone, obtłuczone czy pobrudzone, trzeba je przedtem koniecznie odczyścić, poreparować — zapada głęboko w duszę dziecka, będzie on prawem niezłomnem, panującem i w jego później domu.

Przedwojenna moda pstrzyła nasze odzienie, a w tem i ubranie dziecka, licznemi kokardkami, pliskami, wodami, koroneczkami, mieszkanie — złoceniami, meble, sufity obciążała zbędnemi ornamentami. Obecnie realizuje się jeden z podstawowych postulatów estetyki: pięknym przedewszystkiem winien być sam kształt rzeczy, czy to będzie patera do owoców, brama domu, czy kałamarz — mniej ważna jest ozdoba — tyle się dziś mówi o *szlachetnej prostocie* przedmiotów, w ubraniu — *o linji*.

W najuboższem mieszkaniu kwitnąca roślina lub bukiecik w skromnym wazoniku, w glinianym, o pięknym kształcie dzbanuszku, słoiku lub szklance, jak pięknie zdobi stół rodzinny. Jak estetycznie wyglądają 3, 4 mocno żółte kwiatki w czemś szafirowem lub czarwone

grona kaliny, jarzębiny w zielonem trawiastem naczyniu, albo też maki, narcyzy! Czasem gałązka bez kwiatów, np. takie wczesne, pękające pąki kasztanów na wiosnę lub tak łatwo, bujnie rozwijająca się w mieszkaniach naszych „płotka".

Dziecko wpatruje się w miły kontrast czy harmonję barw, przywyka, że kwiat, roślina jest niezbędną częścią składową nakrycia stołu.

Sadzając dziecko do obiadu lub samotnego śniadania, jak to często bywa z mniejszemi dziećmi, okrywajmy im ich dziecinny stoliczek serwetką, ceratką, białą lub w kwiaty, wreszcie chociażby czystym szarym lub białym papierem, czasem bywa on dziś w bardzo ładny deseń lub w kwiaty, szczególniej ze sklepów z cukierkami czy perfumerją. Przyzwyczajajmy do korzystania z serwetki bibułkowej do ust.

Szykując dziecku śniadanie do przedszkola lub na wycieczkę, krajemy kromki chleba, niezbyt grube, bo czyż estetycznie wygląda malec, wsuwający przemocą w małą buźkę zbyt grube „pajdy"? Mieso krajemy w cienkie plastry, a nie dajemy kawałków przy kości. Jedząc sam, zabrudzi się i wielce nieestetycznie wyglądać będzie, szamocząc się ze zbyt wielkim kawałem czy „gnatem". Krajanki pakujemy w biały papier lub szary, nie w gazetę — czyż mało papieru przynosimy ze sklepów? Obwijamy starannie, zawiązujemy mocno sznureczkiem, robimy pętelkę, wsuwamy drewniany kołeczek.

Wybierając się na wycieczkę, Wychowawczyni lustruje stojącą parami dziatwę i wtedy to wychodzi na jaw, w którym domu dbają o ogólne wrażenie, jakie wywiera ich dziecko, w którym nie. Zdaleka już widać roztargane, potłuszczone pakuneczki dzieci tych drugich domów, niektóre walczą z wysuwającą się z papieru zawartością. Dajemy dzieciom do przedszkola małą serwetkę — położą ją sobie na kolanach podczas posiłku. Nie zapominajmy i tu o bibułce angielskiej do obtarcia ust.

Chusteczka, ważniejszą jeszcze odgrywająca rolę w życiu codziennem dziecka, niż dorosłych, niedoceniana bywa dostatecznie, (pewnie dlatego, że związana jest ze wstydliwym aktem wycierania nosa), może nią być dla niektórych lada szmatka niemal przy ubraniu zupełnie znośnem, a nawet strojnem. A przecież, smak, gust człowieka poznaje się z drobnostek jego osobistych, galanterji właśnie. Chusteczka do nosa, notesik, ołóweczek, torebka wybrana, czy dobrana nawet, świadczą o guście rodziców dziecka, o ich poczuciu piękna. Kawałek płótna czy perkalu o pięknej białości (i po wypraniu) tak łatwo obdziergać kolorową nitką czy obrobić cieniusim szydełkowym brzeżkiem. Z łokcia porobione chusteczki wypadają bardzo tanio, a o ileż są mocniejsze od kupowanych w koszykach z

drukowanemi kolorowemi malowankami!

Kupując dziecku szklaneczkę, garnuszek, filiżaneczkę do płókania ust, za też same pieniądze możemy otrzymać coś brzydkiego i bardzo ładnego.

Zawieszamy kulę szklaną, napełnioną wodą, czy wazonik w powietrzu, umieszczamy półeczkę z doniczką nad kącikiem dziecka, zdobimy gałązką lub milutkim wianeczkiem jego własny obrazek na ścianie.

Zastrzegam się: jestem wrogiem przeładowywania mieszkania zbędnemi ozdobami — mówię tu o przerwaniu jego smutnej monotonji pewną wesołą, barwną plamą, tak pięknie odbijającą od jasności obrusów, smutnych ścian, ciemnych, jednolitych sprzętów, śród których rośnie, rozwija się najdroższa roślinka, najpiękniejszy kwiatuszek domu, nasze dziecko.

Józefa Gażyńska

Jak myślą nasze dzieci.

Czteroletni Rysio przychodzi w odwiedziny do swej dorosłej kuzynki ktora ubrana jest w pyjamę.

Rysio pierwszy raz widzi panią w pyjamie, więc zdumiony mówi: „Cesiuniu, ty nie jesteś już pani? Ale przecież ty nie jesteś też pan? Kim ty teraz jesteś? Już wiem: ty jesteś panowa".

* * *

Rysio dostrzega siwe włosy u cioci, którą najbardziej kocha. Zmartwiony mówi: „Ciociu, ty już jesteś stara. Ale nie jesteś jeszcze taka stara, żeby umrzeć?" — „Nie — odpowiada ciocia — nie jestem taka stara, żeby umrzeć" — „A wiesz, że jak ty będziesz taka stara, kiedy trzeba umrzeć, to ja ci też nie pozwolę. Wszystkie pogrzeby moją szablą zabiję".

* * *

Rysio podrzuca w górę lisa cioci: „Patrz ciociu, jak Bajan" — „Co ty mówisz dziecko"? Rysio się niecierpliwi. „No, nie rozumiesz? Leci, jak ten Bajan, który leci".

M. W.



Ze skrzynki do listów.

Czy są środki mogące przerwać zapalenie płuc?

Pani Kazimiera L. w Kaliszu: Nie mogę oprzeć się chęci, żeby nie omówić sprawy, poruszonej w liście Pani. Coprawda, sprawa, którą tu omówić zamierzam, nie stanowi sedna rzeczy w liście Pani, bo Pani pisze o tem nawiasowo, jakby o rzeczy drugorzędnej, dawno już każdemu znanej. To też zdziwi się Pani, że przypadkowo rzucone zdanie w Jej liście, wywoła głośniejszy i nieoczekiwany oddźwięk.

Ale dosyć już długo utrzymuję ciekawość Pani w napięciu, czas już wielki przystąpić do właściwego tematu. A tematu dostarczyło mi w liście Pani zdanie, że w porę wstrzyknięta kamfora, zapobiegła zapaleniu płuc. Takie zdanie słyszy się nieraz, słyszy się nawet bardzo często. Wśród ogółu matek panuje przekonanie, że istnieją nietylko środki podskórne, zdolne powstrzymać w jednej chwili zapalenie płuc, ale taką zdolność posiadają bańki, szczególnie bańki cięte. „Już zaczynało się zapalenie płuc, ale postawiłam bańki i w ten sposób zapalenie przerwałam“. „Już zanosiło się na zapalenie płuc, ale przyszedł felczer, postawił cięte bańki, zrobił zastrzyk i zapobiegło się chorobie“. Takie oto i temu podobne zdania obijają się często o uszy lekarza, stykającego się z szerszym ogółem matek.

Niema w tem twierdzeniu ani odrobiny słuszności, bo ani żaden zabieg, czy to będą bańki suche, czy cięte, czy wstrzyknięcie tego, czy innego środka, nie odwróci i nie zapobiegnie tak radykalnie zapaleniu płuc.

Dokonywane są rozmaite doświadczenia i żmudne prace w kierunku odnalezienia środka skutecznie leczącego bądź zapobiegającego zapaleniu płuc, ale dotychczas takich środków niema, choć należy mieć nadzieję, że prace te wcześniej, czy później będą uwieńczone pomyślnym skutkiem.

Czy może odrzucam wartość i znaczenie baniek, lub innych zabiegów? Bynajmniej. Bańki suche i cięte i rozmaitego rodzaju leki, podawane podskórnie lub domięśniowo, należą do arsenału środków, do których sięga często każdy niemal lekarz, znalazłszy się w obliczu ciężkiego zapalenia płuc u dziecka.

Ale też żaden lekarz zdrowo myślący nie ulega ani na chwilę złudzeniu, że ten czy inny zastosowa-

ny środek potrafi w jednej chwili cofnąć proces chorobowy.

Po zbadaniu dziecka i skrupulatnej ocenie jego stanu ogólnego, w przypadku zapalenia płuc lekarz może zastosować taki czy inny zabieg lub nie—zależało to będzie od wyniku takiej ogólnej oceny, od wzięcia pod uwagę za i przeciw w każdym poszczególnym przypadku. Jeżeli jednak zdecyduje się na jakiś zabieg, na wstrzykiwania podskórne lub domięśniowe, na krwiopust zapomocą baniek ciętych, czy na innego, to robi się to w tym celu, żeby dziecku umożliwić, ułatwić zniesienie ciężkiej choroby.

Ważniejszą natomiast jest rzeczą stworzenie dziecku dobrych warunków higjenicznych podczas choroby: jasny, często i dobrze przewietrzany pokój, częsta zmiana bielizny, odpowiednie odżywianie, słowem dobra pielęgnacja.

Dlaczego poświęciłem tej sprawie więcej miejsca? Dlatego, że z ust matek często słyszy się najniesłuszniejsze narzekania na lekarzy, że „inaczej byłoby, nie doszłoby do tego, gdyby były postawione cięte bańki, albo gdyby był zrobiony zastrzyk".

Są to nieuzasadnione twierdzenia i niesłuszne żale.

Dr. Średnicki

Odpowiedzi na listy rodziców.

1. Pani A. Kozyrowej. 8-miesięczne dziecko nie powinno jeszcze dostawać żółtka. Ze świeżych jarzyn, które są w tej chwili, nadają się dla córeczki Pani marchew, buraki, szpinak, jarmuż, brukiew, kapusta włoska i brukselska. Wobec tego nie warto się uciekać do konserw.

2. Pani J. Gurbinie. 8-miesięczny synek Pani powinien dostawać 5 posiłków dziennie, licząc po 180 gr. każdy. Gdy mały skończy 9 miesięcy, można mu dać pierś na pierwsze jedzenie, na drugie i na czwarte kaszkę na smaku z jarzyn i jarzyny bądź też zupki jarzynowe, na trzecie i piąte dwa dotychczasowe mleczne jedzenia. Po miesiącu, a więc gdy chłopak skończy 10 miesięcy, można będzie i rano zamiast piersi dać mu 180 gr. mleka z cukrem + sucharki lub kasza.

3. Pani R. Rollerowej. Radzimy zwrócić się do lekarza chorób dziecęcych w Warszawie. Wobec choroby dziecka nie jesteśmy w stanie udzielić córeczce Pani porady djetetycznej. Zrobi to ten lekarz, który zbada dziecko.

4. R. Waliskównie. Z nowszych wydawnictw polecić możemy książkę Dra E. Iszory o odżywianiu niemowlęcia.

5. Pani Ewie Marcinkowskiej. 6-letni Maryś jest tak uparty i niegrzeczny, że nie można sobie dać z nim rady. Przyczynę trudności wychowawczych upatruje Pani w tem, że z powodu śmierci męża chłopak pozbawiony jest męskiej opieki. Z tego, co Pani pisze, wnosimy jednakże, że źródło zła gdzieś indziej leży. Wszak ze starszym synem Jankiem nie ma Pani tych kłopotów. Prawdopodobnie metoda wychowawcza, jaką Pani stosuje, odpowiednia jest dla Janka, który ma usposobienie łagodne i łatwo daje się kierować, lecz nie jest dostosowana do tego typu młodocianych, jakim jest Maryś — z dziećmi o dużej aktywności i skłonnościach do despotyzmu, którzy z nikim nie chcą się liczyć, należy postępować łagodnie, ale bardzo stanowczo. W ważnych sprawach matka musi przeprowadzić swoją wolę. Niech Pani nie ustępuje Marysiowi w obawie, że będzie krzyczał, płakał, odmówi jedzenia. Gdy chłopak przekona się, że pomimo scen, jakie urządza, Pani nie zmienia zdania — napewno stanie się łatwiejszy do prowadzenia.

6. St. Mirskiej. Nie można tolerować uporu, ale należy pamiętać o tem, że zbyt gwałtowne zwalczanie go może wywołać wręcz odmienny skutek, t. j. jeszcze bardziej utwierdzić dziecko w jego negatywnej postawie— Radzilibyśmy zwrócić uwagę na to, co wywołuje i szczególnie wzmacnia upór małego Wacka. Może przyczyna zła leży w złym stosunku do ojca? Mąż Pani jest dla Wacka surowy i okazuje więcej miłości młodszej córeczce. Wskazanem byłoby, żeby stał się dla chłopca łagodniejszy i okazywał mu więcej uczucia.

WZÓR NA KAPKĘ

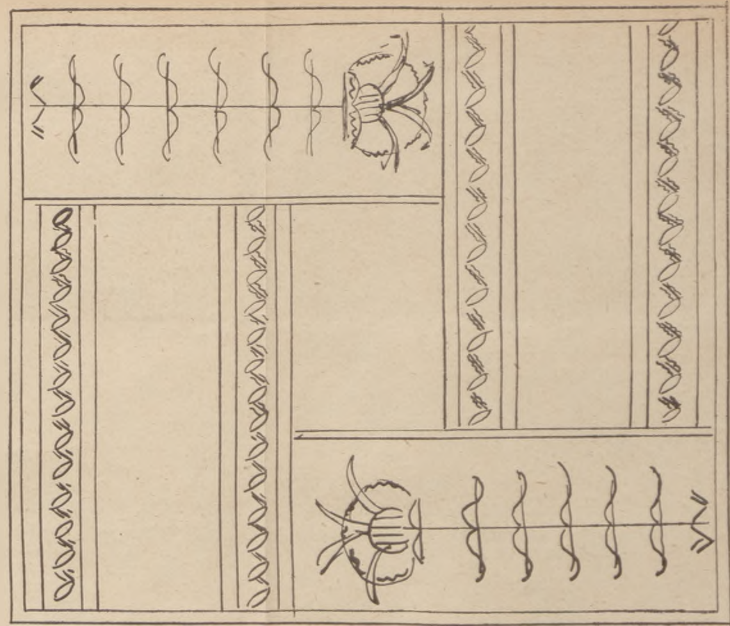
na wózek dziecięcy.

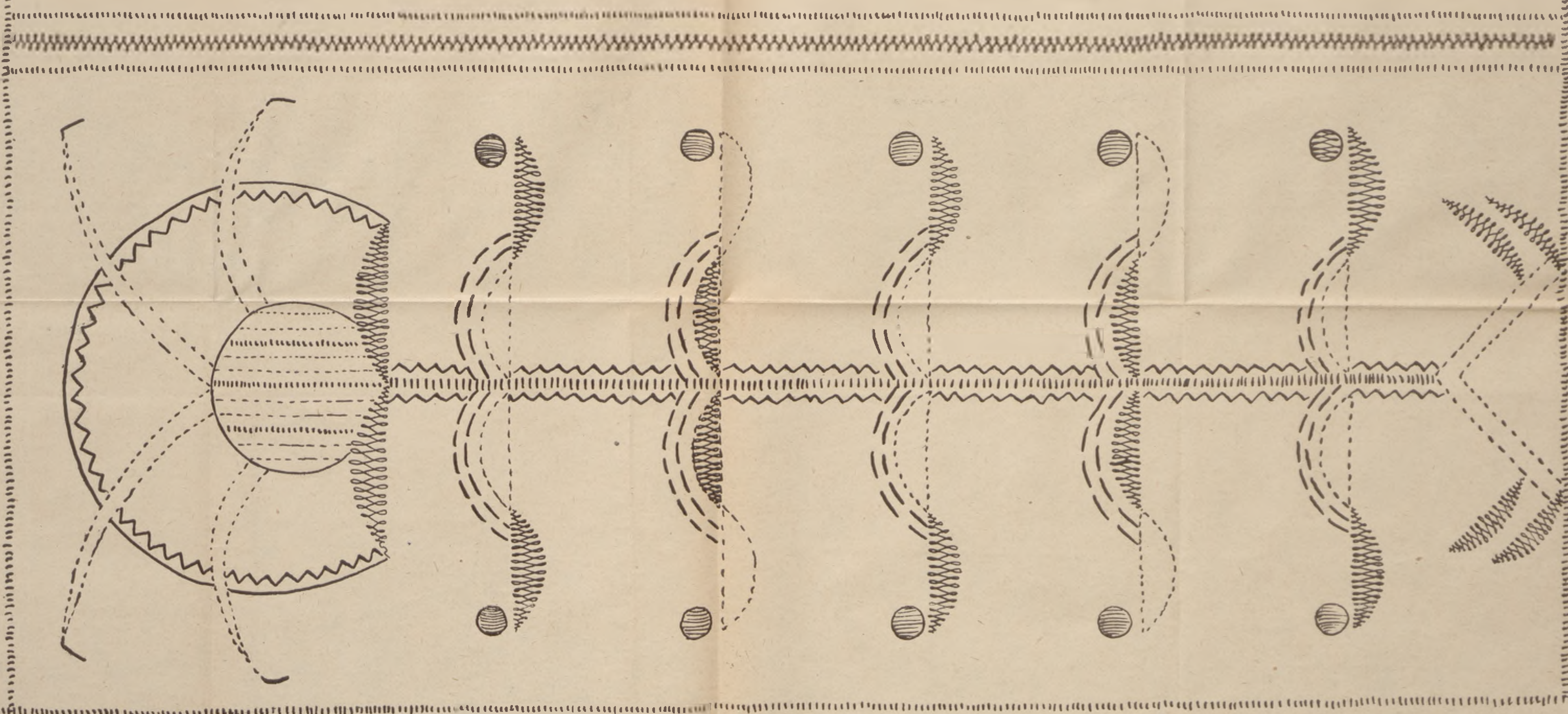
Ozdoba wykonana mereżką, haftem pełnym, żyłką, ściegiem wolnym i „Janina" wykonanym po prawej i lewej stronie.



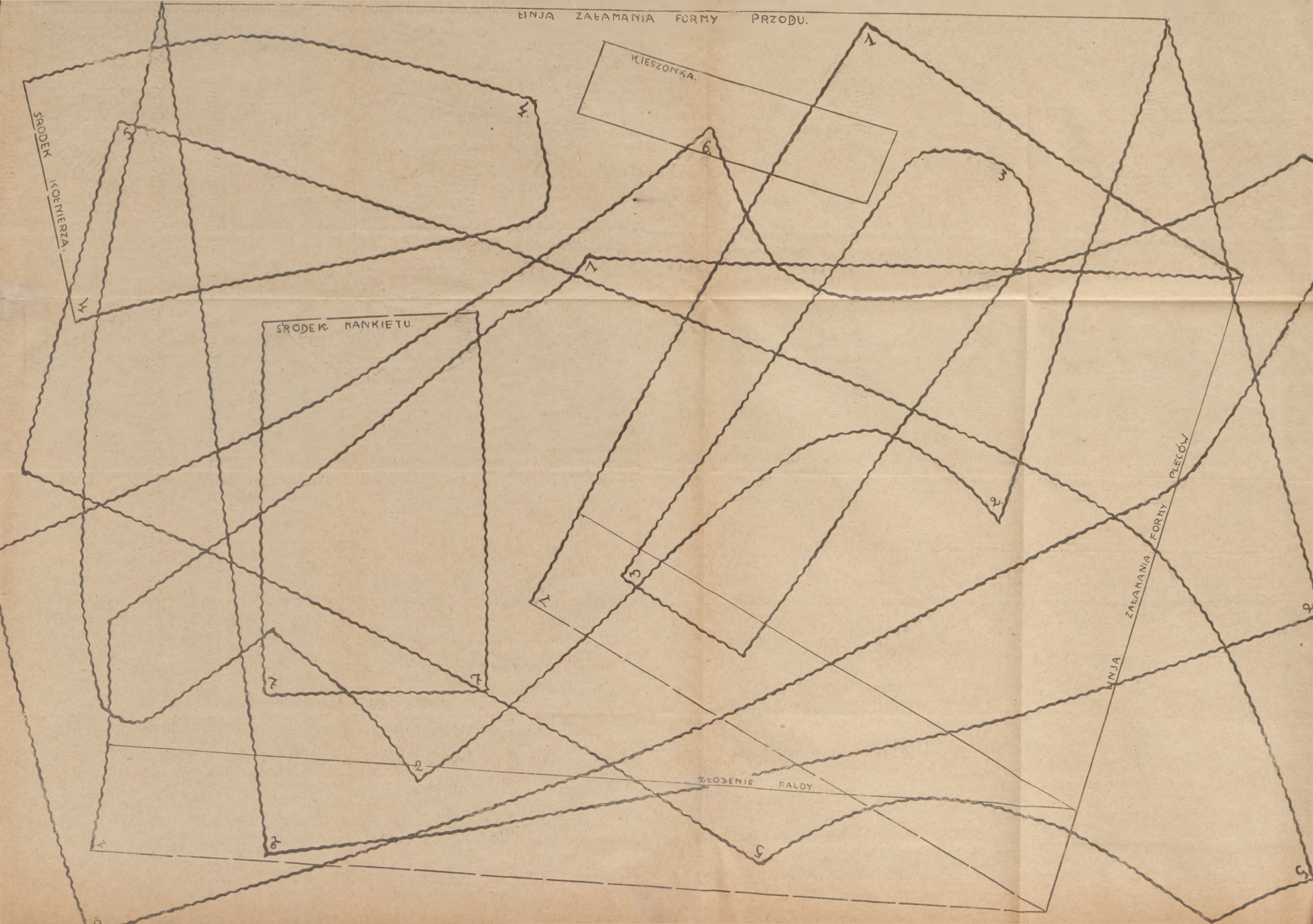
ścieg wykonany po lewej stronie.

ścieg „Janina" po prawej stronie.








ŁINJA ZAŁAMANIA FORMY PRZODU.
KIESZONKA.
ŚRODEK KOŁNIERZA.
ŚRODEK MANKIETU.
ZŁOŻENIE FAŁDY
LINJA ZAŁAMANIA FORMY PLECÓW